

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УО «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОРДЕНА ДРУЖБЫ НАРОДОВ
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ДОСТИЖЕНИЯ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ, КЛИНИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ И ФАРМАЦИИ

Материалы 67-ой научной сессии сотрудников университета

2-3 февраля 2012 года

УДК 616+615.1+378
ББК 5Я431-52.82я431
Д 70

Редактор:

Профессор, доктор медицинских наук В.П. Дейкало

Заместитель редактора:

доцент, кандидат медицинских наук С.А. Сушков

Редакционный совет:

Профессор В.Я. Бекиш, д.ф.н. Г.Н. Бузук, профессор В.С. Глушанко, профессор С.Н. Занько, профессор В.И. Козловский, профессор Н.Ю. Коневалова, д.п.н. З.С. Кунцевич, профессор Н.Г. Луд, д.м.н. Л.М. Немцов, профессор М.А. Никольский, профессор В.И. Новикова, профессор В.П. Подпалов, профессор М.Г. Сачек, профессор В.М. Семенов, профессор А.Н. Щупакова, доцент Ю.В. Алексеенко, доцент С.А. Кабанова, доцент Л.Е. Криштопов, доцент С.П. Кулик, доцент П.С. Васильков, доцент И.А. Флоряну.

Д 70 Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации.
Материалы 67-й научной сессии сотрудников университета. – Витебск:
ВГМУ, 2012. – 521 с.

ISBN 978-985-466-518-4

Представленные в рецензируемом сборнике материалы посвящены проблемам биологии, медицины, фармации, организации здравоохранения, а также вопросам социально-гуманитарных наук, физической культуры и высшей школы. Включены статьи ведущих и молодых ученых ВГМУ и специалистов практического здравоохранения.

УДК 616+615.1+378
ББК 5Я431+52.82я431

© УО «Витебский государственный
медицинский университет», 2012

ISBN 978-985-466-518-4

физической подготовки. Это говорит о том, что они мало работали в школе на уроках физической культуры, а некоторые были полностью или частично освобождены от занятий. В период подготовки и поступления в вуз, будущие студенты мало времени уделяли физическим нагрузкам, не соблюдались нормы и требования здорового образа жизни (ЗОЖ).

Студенты 2 курса имеют удовлетворительный и низкий уровень физического здоровья, физической подготовленности. Это говорит о том, что студенты еще не в полной мере осознали оздоровительное значение предмета физическая культура, но динамика улучшения физической подготовки присутствует. Необходимо уделить больше времени на учебных занятиях практическим занятиям ЗОЖ.

Студенты 3 курса, в результате исследования, показали самый высокий уровень физического здоровья, физической подготовки. Регулярные двухразовые занятия физкультурой в университете, утренняя гигиеническая гимнастика, занятия в спортивной комнате общежития дали положительные результаты.

Исследования студентов 4 курса свидетельствуют о том, что уровень физического здоровья стал ниже, по сравнению с 3 курсом. Произошла прибавка в весе,

увеличилась ЧСС2, ЧСС3, снизился процент студентов с хорошей и удовлетворительной физической подготовкой.

Результаты исследования подчеркивают значимость предмета физическая культура, соблюдение норм и требований здорового образа жизни.

Литература:

1. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и каждого / В. К. Бальсевич. – М.: ФКиС, 1988. – 256 с.
2. Купчиков, Р. И. Физическое воспитание: учебн. пособие для студентов / Р. И. Купчиков. – Мн., 2006. – 352 с.
3. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: учеб. пособие / В. П. Лукьяненко. – М.: Совет. спорт, 1983. – 287 с.
4. Матвеев, Л. Я. Теория и методика физической культуры: учебник для высших физкультурных учебных заведений / Л. Я. Матвеев. – М., 2004. – 127 с.
5. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов факультета физической культуры / под ред. В. М. Киселева. – Мн.: БГУ, 2007. – 195 с.
6. Физическая культура: типовая учебная программа для высших учебных заведений / состав.: В. А. Коледа. – Мн., 2007. – 213 с.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ ПОСЛЕ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ В ВГМУ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ОСНОВНОМУ МЕДИЦИНСКОМУ ОТДЕЛЕНИЮ

Каныгина А.В., Каныгина Л.Н., Минин А.С.

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет»

Актуальность. Постоянно растущий объем информации, вовлечение в общественную студенческую жизнь делает учебный труд студента все более интенсивным и напряженным. Зачастую это приводит к снижению двигательной активности, следовательно, снижается уровень физического здоровья.

Цель. Сравнить уровень физического развития, физической подготовленности и работоспособности студентов после первого года обучения в УО «ВГМУ».

Материал и методы. В исследовании приняли участие юноши 2 курса лечебного факультета основного отделения: студенты из Туркменистана, Шри-Ланки и отечественные студенты (по 15 человек).

Физическое развитие определялось с помощью методов антропометрии и метода индексов: рост стоя, рост сидя, вес, ИМТ – отношение веса к росту; ЖИ – жизненный индекс – отношение показателя спирографии к весу тела; СИ – отношение силы кисти к весу

Таблица 1.

Испытуемые студенты	Показатели физической подготовки						Сумма баллов	
	100 м/сек		Прыжок /см/		Подтягивание /раз/			
	2010 г.	2011 г.	2010 г.	2011 г.	2010 г.	2011 г.	2010	2011
Отечественные	<u>15,1</u> +0,4	<u>15,1</u> +0,2	<u>216</u> +0,6	<u>218</u> -1,3	<u>10,3</u> +2,6	<u>10,4</u> +2,1	+3,6	+1
Туркменистан	<u>14,8</u> +0,7	<u>14,3</u> +0,6	<u>214</u> +0,4	<u>223</u> +3,7	<u>9,2</u> +1,5	<u>9,3</u> +1	+2,6	+5,3
Шри-Ланка	<u>16,5</u> -1	<u>15,4</u> -0,5	<u>200</u> -10	<u>216,9</u> -2,4	<u>3,5</u> -4,2	<u>5,2</u> -3,1	-15,2	-6
Средний показатель	15,5	14,9	210	219,3	7,7	8,3		

15,1 - числитель – средний результат подгруппы;

+0,4 - знаменатель – положительная (отрицательная) разница от среднего.

Таблица 2.

Показатели	№ гр.	Уровень физического здоровья (ФЗ)										Сумма баллов	
		отличный		хороший		удовлетв.		низкий		оч. низкий			
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b
(ИМТ)	I	$\frac{46,7}{2}$	--- 1,5	--- 1,5	$\frac{46,7}{1}$	$\frac{20}{2}$	$\frac{26,6}{2}$	$\frac{20}{2}$	$\frac{20}{1,5}$	$\frac{13,3}{3}$	$\frac{13,3}{3}$	10,5	9
	II	$\frac{---}{3}$	--- 1,5	--- 1,5	--- 3	$\frac{80}{3}$	$\frac{80,0}{3}$	$\frac{13,3}{1}$	$\frac{13,3}{1}$	$\frac{6,7}{1,5}$	$\frac{6,7}{1}$	10	9,5
	III	$\frac{53,3}{1}$	$\frac{33,3}{1}$	$\frac{13,3}{1}$	$\frac{20}{2}$	--- 1	$\frac{20}{1}$	$\frac{26,6}{3}$	$\frac{20}{1,5}$	$\frac{6,7}{1,5}$	$\frac{6,7}{2}$	7,5	7,5
(ЖИ)	I	$\frac{33,3}{1}$	--- 1,5	$\frac{13,3}{1}$	$\frac{40}{1}$	$\frac{6,7}{2}$	$\frac{13,3}{2}$	$\frac{20}{3}$	$\frac{20}{3}$	$\frac{26,6}{1}$	$\frac{26,6}{1}$	8	8,5
	II	$\frac{---}{1,5}$	--- 1,5	$\frac{6,7}{2}$	$\frac{6,7}{1,5}$	--- 1	--- 1	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{80}{3}$	$\frac{80,0}{3}$	9	8,5
	III	$\frac{---}{1,5}$	--- 1,5	--- 3	$\frac{6,7}{1,5}$	$\frac{20}{3}$	$\frac{20}{3}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{66,7}{2}$	$\frac{60}{2}$	11	9,5
(СИ)	I	$\frac{13,3}{2}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{26,6}{2}$	$\frac{26,6}{3}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{26,6}{3}$	$\frac{26,6}{1,5}$	$\frac{20}{2}$	$\frac{20}{3}$	10,5	10,5
	II	$\frac{33,3}{1}$	$\frac{33,3}{1}$	$\frac{46,7}{1}$	$\frac{46,7}{1}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{6,7}{2}$	$\frac{6,7}{1}$	--- 1	--- 1	6,5	5,5
	III	$\frac{6,7}{3}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{20}{3}$	$\frac{33,3}{2}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	--- 1	$\frac{26,6}{1,5}$	$\frac{60}{3}$	$\frac{13,3}{2}$	11,5	8,5
(ИР)	I	$\frac{6,7}{1}$	--- 1,5	--- 3	$\frac{6,7}{3}$	$\frac{53,3}{1,5}$	$\frac{53,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{3}$	$\frac{26,6}{3}$	$\frac{26,6}{3}$	10	12
	II	$\frac{---}{1,5}$	--- 1,5	$\frac{26,6}{2}$	$\frac{33,3}{2}$	$\frac{53,3}{1,5}$	$\frac{53,3}{1,5}$	$\frac{13,3}{1,5}$	$\frac{6,7}{2}$	$\frac{6,7}{2}$	$\frac{6,7}{2}$	8,5	9
	III	$\frac{---}{1,5}$	--- 1,5	$\frac{66,7}{1}$	$\frac{73,3}{1}$	$\frac{33,3}{1}$	$\frac{26,6}{1}$	--- 1	--- 1	--- 1	--- 1	5,5	5,5

46,7 – числитель – процентный показатель данного уровня ФЗ;

2 – знаменатель – количество баллов по данному уровню ФЗ;

a – показатель 2010 года; b – показатель 2011 года.

Таблица 3.

№ гр.	Испытуемые студенты		Сумма баллов по показателям				Итого
			Индекс массы тела (ИМТ)	Жизненный индекс (ЖИ)	Силовой индекс (СИ)	Индекс Руфье-Диксона (ИР)	
I	Отечественные	a	10,5	8	10,5	10	39
		b	9	8,5	10,5	12	40
II	Туркменистан	a	10	9	6,5	8,5	34
		b	9,5	8,5	5,5	9	32,5
III	Шри-Ланка	a	7,5	11	11,5	5,5	35,5
		b	7,5	9,5	8,5	5,5	31

a – показатель 2010 года; b – показатель 2011 года.

тела; индекс Руфье-Диксона – реакция организма на дозированную нагрузку.

Физическая подготовленность определялась по результатам тестирования: бег 100 м, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине (таблица 1).

Как и в прошлом году, студенты из Туркменистана по всем показателям выглядят наиболее подготовленными. Отечественные студенты по данному тестированию показали незначительный прирост в физической подготовке. Студенты из Шри-Ланки,

по сравнению с прошлым годом, имеют хорошие результаты по всем показателям, что говорит об их адаптации к учебному процессу.

По группам, по каждому уровню физического здоровья подсчитан процентный показатель, исходя из которого, проставлены баллы от 1 до 3, при равенстве показателя – 1,5 балла. Лучший результат – по наименьшей сумме (см. табл. 2 и 3).

По полученным данным уровня физического развития в 2011 году, студенты Шри-Ланки вышли

на первое место за счет хорошего показателя пробы Руфье-Диксона и возросшего показателя силового индекса, но имеют низкий показатель жизненного индекса (сумма баллов 31). Студенты Туркменистана утратили свое первенство, но выглядят более предпочтительно, чем другие исследуемые (сумма баллов 32,5). Отечественные студенты, как и в прошлом году, имеют посредственные показатели (сумма баллов 40).

Выводы.

Таким образом, перед кафедрой физической культуры в процессе организации учебной деятельности студентов стоят следующие задачи:

1. Формировать у студентов прочные навыки здорового образа жизни.
2. Оптимизировать нагрузку для каждой группы

студентов с учетом их физического здоровья и подготовленности.

Литература:

1. Журавин, М. Л. Гимнастика: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. Л. Журавин, О. В. Загрядская, Н. В. Казакевич; под ред. М. Л. Журавина, И. К. Меньшикова. – 2-е изд., стер. – М.: Издат. Центр Академия, 2002. – 448 с.
2. Солодкова, С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / С. Солодкова. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 525 с.
3. Григорович, Е. С. Физическая культура: учеб. пособие / Е. С. Григорович; под ред. Е. С. Григоровича. – Минск: Высш. шк., 2008. – 223 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ ГИМНАСТИКИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЛЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ ВУЗОВ

Константинова А.В.

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет»

Актуальность. Основные задачи работников по физической культуре состоят в практической реализации знаний, умений и навыков здорового образа жизни, где приоритетной должна стать роль модернизации образовательных программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, подростков и молодежи, формирование у каждого из них активной мотивации заботы о собственном здоровье и здоровья окружающих.

Цель исследования – разработать методику занятий с использованием нетрадиционных видов гимнастики.

Организация исследования. На первом этапе исследования проведен теоретический анализ научной и методической литературы, сформулированы цели, задачи и методы исследования. Одновременно анализировались медицинские отчеты вузовской диспансеризации, изучалась учебная программа по физическому воспитанию в вузах, проводилась дифференцированная оценка уровня здоровья и физической подготовленности студенток.

На втором этапе разрабатывались рекомендации к учебной программе, методика проведения занятий с использованием различных видов нетрадиционной гимнастики

На третьем этапе во время экспериментально-преобразующего этапа педагогического эксперимента проверялась эффективность разработанной методики занятий с использованием различных оздоровительных видов нетрадиционной гимнастики, проводился анализ результатов и ее внедрения, систематизировались полученные результаты. Разрабатывались методические рекомендации по проведению оздоровительных занятий для студентов. Применялись методы

статистической обработки результатов исследования.

Материал и методы: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетирование; педагогические наблюдения; педагогическое тестирование; методы педагогического контроля и самоконтроля; оценка влияния физических нагрузок на функциональное состояние организма занимающихся; педагогический эксперимент; статистические методы исследования.

На Всесоюзной конференции 1984г. утверждена следующая классификация гимнастики: оздоровительная, образовательно-развивающая и спортивная. В последнее время появился ряд новых, нетрадиционных в массовом оздоровительном движении видов двигательной активности (стрейтчинг, каланетика, шейпинг система, атлетическая гимнастика, восточные оздоровительные системы гимнастики такие как капайора, цигун, йога, пилатес, тай-чи). Занятия протекают в аэробном двигательном режиме.

Почему применение именно аэробных упражнений представляется наиболее целесообразно в оздоровительных видах гимнастики?

Анаэробные процессы протекают быстрее, чем аэробные, они способны энергетически обеспечить более высокую мощность работы. Однако возможность использования анаэробных процессов ограничивается, с одной стороны незначительным количеством источников анаэробного энергообеспечения (гликоген мышц), а с другой стороны - накопление отрицательно действующих продуктов анаэробного обмена (например, молочная кислота). Поэтому бескислородные процессы не могут обеспечить энергетически продолжительную мышечную активность.

Аэробные упражнения являются эффективным